|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| HGHG | **SECRETARÍADE EDUCACIÓN DE MEDELLÍN**  **INSTITUCIÓN EDUCATIVA ARZOBISPO TULIO BOTERO SALAZAR** | **CUR.for.29** |
| **PLAN DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS**  **COMPONENTE : FORMACION HUMANA**  **ÁREA : EDUCACIÓN FISICA** | **Versión 1** |
| **FECHA** |

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE MEDELLÍN**

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA ARZOBISPO TULIO BOTERO SALAZAR**

**PLAN DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS**

**COMPONENTE: FORMACIÓN HUMANA**

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA**

**CICLO 5: GRADOS 10°- 11°**

**2011**

**DOCENTES PARTICIPANTES:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| NOMBRE | INSTITUCIÓN EDUCATIVA | ÁREA | CORREO |
| Nelson Álvarez Cossio | Arzobispo Tulio Botero Salazar | Educación Física | nalvaco@hotmail.com |
| Óscar Hernán Serna Pineda | Arzobispo Tulio Botero Salazar | Educación Física | osherpin@yahoo.es |
|  |  |  |  |

**SELECCIÓN DE ESTANDARES**

**CICLO 5 GRADOS 10° Y 11°**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ENUNCIADO | 1. COMPETENCIA MOTRIZ: DESARROLLO MOTOR, TÉCNICAS DEL CUERPO, CONDICIÓN FÍSICA Y LÚDICA MOTRIZ. | 2. COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL: LENGUAJES CORPORALES. | 3. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL: CUIDADO DE SÍ MISMO. |
| VERBO | ESTÁNDARES DE COMPETENCIA | ESTÁNDARES DE COMPETENCIA | ESTÁNDARES DE COMPETENCIA |
| Selecciono | Técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física. |  |  |
| Ejecuto | Con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos. |  |  |
| Diseño y realizo | Esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución. |  |  |
| Utilizo | Técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física. |  |  |
| Aplico | Técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.  A mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas.  En mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.  Mis conocimientos sobre la relación actividad física-pausa-actividad física, en mi plan de condición física. |  |  |
| Perfecciono | La calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices. |  |  |
| Presento | Composiciones gimnásticas, aplicando técnicas de sus diferentes modalidades. |  |  |
| Domino | Técnicas y tácticas de prácticas deportivas. |  |  |
| Realizo | Actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos. | Montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.  Coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales. |  |
| Planifico | El mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación. |  |  |
| Elaboro | Mi plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos.  Estrategias para hacer más eficiente el juego. | Un montaje que combine danza- representación, determinando coreografía y planimetría. |  |
| Decido | Sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico. |  |  |
| Participo | En la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo. |  |  |
| Conformo | Equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. |  |  |
| Valoro | El tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante. |  |  |
| Asumo | Con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego. |  |  |
| Oriento |  | El uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física. |  |
| Uso |  | Técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones. |  |
| Organizo |  |  | Mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida. |
| Concientizo |  |  | A mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego. |
| Defino |  |  | Con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida. |
| Comprendo |  |  | La relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica. |
| Cultivo |  |  | Hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto. |

**CLASIFICACIÓN DE ESTÁNDARES: TAXONOMIA DE BLOOM**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CONCEPTUALES SABER** | **PROCEDIMENTALES HACER** | **ACTITUDINALES SER** |
| * Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física. * Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación. * Elaboro mi plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. * Elaboro estrategias para hacer más eficiente el juego. * Elaboro un montaje que combine danza- representación, determinando coreografía y planimetría. * Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica. * Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida. | * Ejecuto con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos. * Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución. * Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física. * Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal. * Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas. * Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables. * Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física-pausa-actividad física, en mi plan de condición física. * Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices. * Presento composiciones gimnásticas, aplicando técnicas de sus diferentes modalidades. * Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas. * Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos. * Realizo montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana. * Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales. * Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico. * Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física. * Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones. * Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. | * Participo en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo. * Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante. * Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego. * Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida. * Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego. * Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto. |

**ORGANIZACIÓN DE ESTÁNDARES POR GRADO Y POR PERIODO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Periodo 1** | **DÉCIMO** | **UNDÉCIMO** |
| 1. Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física. 2. Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal. 3. Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos. 4. Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico. 5. Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. 6. Participo en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo. | 1. Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal. 2. Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico. 3. Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física. 4. Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. 5. Participo en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo. 6. Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Periodo 2** | **DÉCIMO** | **UNDÉCIMO** |
| 1. Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica. 2. Ejecuto con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos. 3. Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas. 4. Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física-pausa-actividad física, en mi plan de condición física. 5. Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones. 6. Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto. | 1. Ejecuto con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos. 2. Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables. 3. Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física-pausa-actividad física, en mi plan de condición física. 4. Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego. 5. Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Periodo 3** | **DÉCIMO** | **UNDÉCIMO** |
| 1. Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación. 2. Elaboro estrategias para hacer más eficiente el juego. 3. Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices. 4. Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas. 5. Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida. | 1. Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación. 2. Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida. 3. Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas. 4. Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida. 5. Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Periodo 4** | **DÉCIMO** | **UNDÉCIMO** |
| 1. Elaboro mi plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. 2. Elaboro un montaje que combine danza- representación, determinando coreografía y planimetría. 3. Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución. 4. Realizo montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana. 5. Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales. | 1. Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física. 2. Elaboro un montaje que combine danza- representación, determinando coreografía y planimetría. 3. Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución. 4. Presento composiciones gimnásticas, aplicando técnicas de sus diferentes modalidades. 5. Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales. |

**DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS DEL COMPONENTE**

|  |  |
| --- | --- |
| **COMPETENCIA** | **DEFINICIÓN** |
| **AUTONOMÍA** | Reconoce la importancia de tomar buenas decisiones en diferentes situaciones y contextos para la solución de problemas. |
| **AXIOLOGÍA** | Reconoce que es un ser con valores a través de las relaciones que establece con los demás que lo llevan a ser un buen ser social. |
| **RELACIONES INTRA E INTERPERSONALES** | Capacidad para asumir asertivamente los roles desempeñados en relaciones sociales. |
| **RELACIÓN CON LA TRASCENDENCIA** | Se reconoce como un ser individual y social, que respeta las diferencias, contribuyendo a una sana convivencia. |
| **PENSAMIENTO CRÍTICO REFLEXIVO** | Analiza de forma crítica reflexiva las distintas situaciones que se presentan en los contextos en los cuales se desenvuelve. |
| **CREATIVIDAD** | Desarrolla habilidades que permitan aplicar de una manera creativa los diferentes conceptos, capacidades y aprendizajes para transformar su entorno, de manera responsable. |
| **SOCIALES Y**  **CIUDADANAS** | Establece y pone en práctica aquellas competencias ciudadanas que le permiten interactuar con los demás y su entorno. |

**NIVEL DE DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NIVEL DE DESARROLLO** | **AUTONOMÍA** | **AXIOLOGÍA** | **RELACIONES INTRA E INTERPERSONALES** | **RELACIÓN CON LA TRASCENDENCIA** | **PENSAMIENTO CRÍTICO REFLEXIVO** | **CREATIVIDAD** | **SOCIALES Y**  **CIUDADANAS** |
| **NIVEL 1** | Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida. | Me reconozco como un ser con valores | Acato instrucciones para el desarrollo de las clases. | Identifico las diferentes actividades físicas que puedo realizar en su entorno. | Reconozco los cambios a largo plazo de mi cuerpo a través de la realización de ejercicio. | Experimenta sobre problemas de movimiento corporal. | Identifico espacios y tiempos de acuerdo con intereses y ambientes específicos. |
| **NIVEL 2** | Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica. | Demuestro apertura frente a la diversidad. | Demuestro hábitos y acciones de solidaridad. | Demuestro respeto por la diferencia. | Entiendo el ejercicio físico como hábito para el mejoramiento de funciones orgánicas y corporales. | Demuestro  eficiencia en el diseño de movimientos corporales. | Relaciono las prácticas deportivas con desempeños de conjunto. |
| **NIVEL 3** | Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas. | Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones. | Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal. | Realizo montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana. | Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física. | Ejecuto con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos. | Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables. |
| **NIVEL 4** | Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física. | Presento composiciones gimnásticas, aplicando técnicas de sus diferentes modalidades. | Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física-pausa-actividad física, en mi plan de condición física. | Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales. | Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos. | Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices. | Participo en la organización de los juegos de la Institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo. |
| **NIVEL 5** | Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida. | Elaboro un montaje que combine danza- representación, determinando coreografía y planimetría. | Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. | Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación. | Elaboro mi plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. | Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución. | Elaboro estrategias para hacer más eficiente el juego. |
| **NIVEL 6** | Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego. | Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego. | Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto. | Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico. | Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante. | Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas. | Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física. |

**CONTENIDOS POR GRADO Y PERIODO**

**GRADO DÉCIMO**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **GRADO 10° - PERIODO 1** | | | |
| **CONTENIDOS Y TEMAS** | **CONCEPTUAL** | **PROCEDIMENTAL** | **ACTITUDINAL** |
| Normas de seguridad e higiene.  Acondicionamiento físico.  Fundamentación deportiva técnica. | * Comprende los contenidos teóricos trabajados durante el período. | * **Participa en la ejecución de las diferentes actividades de acondicionamiento físico.** | * Manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. |
| **GRADO 10° - PERIODO 2** | | | |
| **CONTENIDOS Y TEMAS** | **CONCEPTUAL** | **PROCEDIMENTAL** | **ACTITUDINAL** |
| Preparación física.  Fundamentación deportiva técnica. | * Comprende los contenidos teóricos trabajados durante el período. | * Demuestra dominio y seguridad durante la realización de movimientos corporales con elemento. | * Manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. |
| **GRADO 10° - PERIODO 3** | | | |
| **CONTENIDOS Y TEMAS** | **CONCEPTUAL** | **PROCEDIMENTAL** | **ACTITUDINAL** |
| Preparación física.  Fundamentación deportiva técnica. | * Comprende los contenidos teóricos trabajados durante el período. | * Demuestra dominio de las capacidades físico-motrices mediante la ejecución de acciones de tipo físico, deportivo y recreativo. | * Manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. |
| **GRADO 10° - PERIODO 4** | | | |
| **CONTENIDOS Y TEMAS** | **CONCEPTUAL** | **PROCEDIMENTAL** | **ACTITUDINAL** |
| Preparación física.  Fundamentación deportiva técnica. | * Comprende los contenidos teóricos trabajados durante el período. | * Utiliza el movimiento corporal como alternativa de integración social y de expresión lúdica. | * Manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. |

**GRADO ONCE**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **GRADO 11° - PERIODO 1** | | | | |
| **CONTENIDOS Y TEMAS** | **CONCEPTUAL** | **PROCEDIMENTAL** | | **ACTITUDINAL** |
| Normas de seguridad e higiene.  Acondicionamiento físico.  Fundamentación deportiva táctica. | * Comprende los contenidos teóricos trabajados durante el período. | * **Asume con disciplina la ejecución de las diferentes actividades de acondicionamiento físico.** | | * Manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. |
| **GRADO 11° - PERIODO 2** | | | | |
| **CONTENIDOS Y TEMAS** | **CONCEPTUAL** | | **PROCEDIMENTAL** | **ACTITUDINAL** |
| Preparación física.  Fundamentación deportiva táctica. | * Comprende los contenidos teóricos trabajados durante el período. | | * Demuestra dominio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales específicos con y sin elemento. | * Manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. |
| **GRADO 11° - PERIODO 3** | | | | |
| **CONTENIDOS Y TEMAS** | **CONCEPTUAL** | | **PROCEDIMENTAL** | **ACTITUDINAL** |
| Preparación física.  Fundamentación deportiva táctica. | * Comprende los contenidos teóricos trabajados durante el período. | | * Integra las categorías de calidad y eficiencia del movimiento a los fundamentos de las prácticas físicas, deportivas y recreativas. | * Manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. |
| **GRADO 11° - PERÍODO 4** | | | | |
| **CONTENIDOS Y TEMAS** | **CONCEPTUAL** | | **PROCEDIMENTAL** | **ACTITUDINAL** |
| Preparación física.  Fundamentación deportiva táctica. | * Comprende los contenidos teóricos trabajados durante el período. | | * Valora la actividad física como un elemento socializador a través del movimiento. | * Manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. |

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

**GRADO DÉCIMO**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **GRADO 10° - PERIODO 1** | | | |
| **NIVEL BAJO** | **NIVEL BÁSICO** | **NIVEL ALTO** | **NIVEL SUPERIOR** |
| Presenta dificultad en la comprensión de los contenidos teóricos trabajados durante el período; p**articipa en la ejecución de las diferentes actividades de acondicionamiento físico;**  le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende con un nivel mínimo los contenidos teóricos trabajados durante el período; p**articipa en la ejecución de las diferentes actividades de acondicionamiento físico**; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende apropiadamente los contenidos teóricos trabajados durante el período; p**articipa en la ejecución de las diferentes actividades de acondicionamiento físico**; manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende de manera destacada los contenidos teóricos trabajados durante el período; p**articipa en la ejecución de las diferentes actividades de acondicionamiento físico**, manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase; y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **GRADO 10° - PERIODO 2** | | | |
| **NIVEL BAJO** | **NIVEL BÁSICO** | **NIVEL ALTO** | **NIVEL SUPERIOR** |
| Presenta dificultad en la comprensión de los contenidos teóricos trabajados durante el período; demuestra dominio y seguridad durante la realización de movimientos corporales con elemento; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende con un nivel mínimo los contenidos teóricos trabajados durante el período; demuestra dominio y seguridad durante la realización de movimientos corporales con elemento; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende apropiadamente los contenidos teóricos trabajados durante el período; demuestra dominio y seguridad durante la realización de movimientos corporales con elemento; manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende de manera destacada los contenidos teóricos trabajados durante el período;; demuestra dominio y seguridad durante la realización de movimientos corporales con elemento, manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase; y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **GRADO 10° - PERIODO 3** | | | |
| **NIVEL BAJO** | **NIVEL BÁSICO** | **NIVEL ALTO** | **NIVEL SUPERIOR** |
| Presenta dificultad en la comprensión de los contenidos teóricos trabajados durante el período; demuestra dominio de las capacidades físico-motrices mediante la ejecución de acciones de tipo físico, deportivo y recreativo**;**  le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende con un nivel mínimo los contenidos teóricos trabajados durante el período; demuestra dominio de las capacidades físico-motrices mediante la ejecución de acciones de tipo físico, deportivo y recreativo; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende apropiadamente los contenidos teóricos trabajados durante el período; demuestra dominio de las capacidades físico-motrices mediante la ejecución de acciones de tipo físico, deportivo y recreativo; manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende de manera destacada los contenidos teóricos trabajados durante el período; demuestra dominio de las capacidades físico-motrices mediante la ejecución de acciones de tipo físico, deportivo y recreativo, manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase; y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **GRADO 10° - PERIODO 4** | | | |
| **NIVEL BAJO** | **NIVEL BÁSICO** | **NIVEL ALTO** | **NIVEL SUPERIOR** |
| Presenta dificultad en la comprensión de los contenidos teóricos trabajados durante el período; utiliza el movimiento corporal como alternativa de integración social y de expresión lúdica; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende con un nivel mínimo los contenidos teóricos trabajados durante el período; utiliza el movimiento corporal como alternativa de integración social y de expresión lúdica; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende apropiadamente los contenidos teóricos trabajados durante el período; utiliza el movimiento corporal como alternativa de integración social y de expresión lúdica;  manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende de manera destacada los contenidos teóricos trabajados durante el período; utiliza el movimiento corporal como alternativa de integración social y de expresión lúdica,  manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase; y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. |

**GRADO UNDÉCIMO**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **GRADO 11° - PERIODO 1** | | | |
| **NIVEL BAJO** | **NIVEL BÁSICO** | **NIVEL ALTO** | **NIVEL SUPERIOR** |
| Presenta dificultad en la comprensión de los contenidos teóricos trabajados durante el período; a**sume con disciplina la ejecución de las diferentes actividades de acondicionamiento físico**; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende con un nivel mínimo los contenidos teóricos trabajados durante el período; **asume con disciplina la ejecución de las diferentes actividades de acondicionamiento físico;** le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende apropiadamente los contenidos teóricos trabajados durante el período; **asume con disciplina la ejecución de las diferentes actividades de acondicionamiento físico;** manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende de manera destacada los contenidos teóricos trabajados durante el período; **asume con disciplina la ejecución de las diferentes actividades de acondicionamiento físico,** manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **GRADO 11° - PERIODO 2** | | | |
| **NIVEL BAJO** | **NIVEL BÁSICO** | **NIVEL ALTO** | **NIVEL SUPERIOR** |
| Presenta dificultad en la comprensión de los contenidos teóricos trabajados durante el período; demuestra dominio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales específicos con y sin elemento; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende con un nivel mínimo los contenidos teóricos trabajados durante el período; demuestra dominio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales específicos con y sin elemento;le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende apropiadamente los contenidos teóricos trabajados durante el período**; d**emuestra dominio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales específicos con y sin elemento;manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende de manera destacada los contenidos teóricos trabajados durante el período; demuestra dominio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales específicos con y sin elemento, manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **GRADO 11° - PERIODO 3** | | | |
| **NIVEL BAJO** | **NIVEL BÁSICO** | **NIVEL ALTO** | **NIVEL SUPERIOR** |
| Presenta dificultad en la comprensión de los contenidos teóricos trabajados durante el período; integra las categorías de calidad y eficiencia del movimiento a los fundamentos de las prácticas físicas, deportivas y recreativas; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende con un nivel mínimo los contenidos teóricos trabajados durante el período; integra las categorías de calidad y eficiencia del movimiento a los fundamentos de las prácticas físicas, deportivas y recreativas; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende apropiadamente los contenidos teóricos trabajados durante el período; integra las categorías de calidad y eficiencia del movimiento a los fundamentos de las prácticas físicas, deportivas y recreativas;manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende de manera destacada los contenidos teóricos trabajados durante el período; integra las categorías de calidad y eficiencia del movimiento a los fundamentos de las prácticas físicas, deportivas y recreativas**,** manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **GRADO 11° - PERIODO 4** | | | |
| **NIVEL BAJO** | **NIVEL BÁSICO** | **NIVEL ALTO** | **NIVEL SUPERIOR** |
| Presenta dificultad en la comprensión de los contenidos teóricos trabajados durante el período; valora la actividad física como un elemento socializador a través del movimiento; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende con un nivel mínimo los contenidos teóricos trabajados durante el período; valora la actividad física como un elemento socializador a través del movimiento; le falta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y responsabilidad en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende apropiadamente los contenidos teóricos trabajados durante el período; valora la actividad física como un elemento socializador a través del movimiento; manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. | Comprende de manera destacada los contenidos teóricos trabajados durante el período, valora la actividad física como un elemento socializador a través del movimiento; manifiesta respeto, autonomía, disposición para la escucha y el trabajo armonioso en clase, y es responsable en la construcción de su proyecto de vida. |

**METODOLOGIA Y ESTRATEGIAS**

|  |  |
| --- | --- |
| **INSTITUCIONAL** | **ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA** |
| Nuestro modelo pedagógico DESARROLLISTA-SOCIAL-CRITICO busca que el estudiante se apropie de su aprendizaje partiendo de sus conocimientos previos hacia la construcción de saberes desde el desarrollo de habilidades de pensamiento (comparar, contrastar, observar, analizar, interpretar, argumentar, proponer), actividades vivenciales y participativas donde el maestro o maestra se convierte en un facilitador o facilitadora.  Este modelo se centra en el proceso de aprendizaje y tiene como eje el aprender haciendo, las experiencias de los estudiantes los hace progresar continuamente, desarrollarse y evolucionar secuencialmente en las estructuras cognitivas para acceder a conocimientos cada vez más elaborados, se hace énfasis en el trabajo en grupo. | En educación física es incuestionable la necesidad de una didáctica específica del área, ya que presenta unos contenidos cuya diferenciación y especificidad son demasiado evidentes dentro del currículo, como son: manifestación de resultados, metodología de enseñanza, relaciones interpersonales y estructura de organización.  Dicha didáctica, cuyo eje central radica en utilizar el cuerpo y el movimiento en calidad de medio educativo, tiene un efecto más directo e inmediato que las actividades de aula y conduce a procesos de socialización mucho más ricos. La comunicación es diferente debido a diversos factores, como el tipo de información, el tipo de actividades, la organización y el control de los estudiantes y las dimensiones de los espacios.  La aplicación de una nueva visión curricular de la educación física requiere de una nueva didáctica que presente una apertura a la enseñanza y sus formas de transmisión y construcción del conocimiento y de las maneras de relacionarlo con el contexto y la participación del estudiante. Didáctica que contribuya a la producción de cultura.  En educación física, por el tipo de actividades que se realizan, están dadas las mejores condiciones para introducir en las prácticas, la formación ciudadana para la construcción de democracia, procesos de organización y de participación y valores como la solidaridad, la autonomía, la responsabilidad y el respeto a través de los diferentes trabajos de clase. |

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA TODOS LOS PERÍODOS 10° Y 11°**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CRITERIO** | **PROCESO** | **PROCEDIMIENTO** | **FRECUENCIA** |
| **ASISTENCIA** | * Verificación de asistencia. | * Llamado a lista. | * Cada clase. |
| **PRUEBA TEÓRICA** | * Valoración del proceso cognitivo. | * Aplicación individual de una prueba acerca de la temática desarrollada en el periodo. | * Cuarta semana de cada periodo. |
| **PRUEBAS FÍSICAS** | * Valoración del proceso de desarrollo físico. | * Aplicación individual de pruebas físicas. | * Quinta, Séptima y novena semana de cada periodo. |
| **AUTOEVALUACIÓN, COEVALUACIÓN Y HETEROEVALUACIÓN.** | * Valoración de sí mismo, de su par y por parte del docente en el proceso de aprendizaje. | * Confrontación reflexiva del desempeño actitudinal, procedimental y cognitivo en el periodo. * Identificación de aciertos y dificultades. * Planteamiento de estrategias correctivas y de mejoramiento. | * Décima semana de cada periodo. |

**PLANES DE APOYO PARA TODOS LOS PERÍODOS 10° Y 11°**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **GRADO 6° Y 7° - TODOS LOS PERÍODOS** | | |
| **PLAN DE RECUPERACIÓN** | **PLAN DE NIVELACIÓN** | **PLAN DE PROFUNDIZACIÓN** |
| * Redacción de un acta de compromisos para el mejoramiento en el desempeño actitudinal y procedimental. | * Redacción de un acta de compromisos para el adecuado desempeño actitudinal y procedimental. | * Complementación con actividades deportivas acerca de los temas tratados en el respectivo periodo; además, de las trabajadas en clase. |
| * Ejecución de un test de pruebas prácticas con base en las capacidades físicas trabajadas en el respectivo período. | * Desarrollo de test de pruebas físicas de acuerdo a los trabajos prácticos realizados en clase hasta la fecha. | * Presentación de ejercicios físicos adicionales acerca de trabajos realizados en el período y consultados en páginas de internet. |
| * Aplicación de prueba oral y/o escrita de sustentación sobre los temas teóricos abordados en el respectivo período. | * Recopilación de los temas teóricos tratados hasta la fecha y sustentación de los mismos en forma oral o escrita; siguiendo las instrucciones dadas por el docente. | * Presentación de posibles temas teóricos para trabajar en el área. |

**RECURSOS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **HUMANOS** | **FÍSICOS** | **DIDÁCTICOS** | **ECONÓMICOS** |
| 2 Docentes de Educación Física, Recreación y Deportes. | Infraestructura de la Institución: 1 Cancha en la que se puede practicar Microfútbol, Baloncesto, Voleibol y adaptable para Balonmano. | Balones de Fútbol  Balones de Microfutbol  Balones de Baloncesto  Balones de Voleibol  Balones de Balonmano  Balones medicinales  Colchonetas  Ajedreces  Aros  Bastones  Cuerdas  Caballeticos para flexo-extensiones  Malla de Voleibol con postes  Cronómetros  Juego de tarjetas  Pito | Presupuesto asignado por el Consejo Directivo de la Institución |

**FUENTES BIBLIOGRÁFICAS**

|  |
| --- |
| EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES.  Serie lineamientos curriculares.  Ministerio de Educación Nacional.  Cooperativa Editorial Magisterio.  Bogotá, Colombia. Año 2000.  PEDAGOGÍA Y DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.  Camacho Coy, Hipólito.  Editorial Kinesis.  Armenia, Colombia. Año 2003.  MARCO GENERAL. DE FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE.  Ministerio de Educación Nacional.  CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA 1991.  Asamblea Nacional Constituyente.  LEY GENERAL DE LA EDUCACIÓN NO. 115 DEL 8 DE FEBRERO DE 1994  Congreso de la República.  DECRETO NÚMERO 1860 DEL 8 DE MARZO DE 1994  Ministerio de Educación Nacional.  RESOLUCIÓN 2343 DEL 5 DE JUNIO DE 1996  Ministerio de Educación Nacional. |